Escolas EB 1 e Jardins-de-Infância - 1

MUNICÍPIO DE MURÇA

Semana de 06 a 10 de Abril de 2015

UNISELF
TÉCNICOS DE ALIMENTAÇÃO

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	*Sopa*	de espinafres	
DIA	*Prato*	bolinhos de bacalhau	arroz de tomate
6	*Sobremesa**	fruta da época ou iogurte de aromas	
3ª-feira	*Sopa*	de couve flor e cenoura	
DIA	*Prato*	frango assado	massa salteada com legumes
7	*Sobremesa**	fruta da época	
4ª-feira	*Sopa*	de abóbora com massinhas	
DIA	*Prato*	saladinha de pescada com ovo picado	[ervilhas e cenoura]
8	*Sobremesa**	fruta da época ou doce	
5ª-feira	*Sopa*	de vegetais	
DIA	*Prato*	feijoada à portuguesa	forma de arroz branco
9	*Sobremesa**	fruta da época	
6ª-feira	*Sopa*	de juliana de legumes	
DIA	*Prato*	granadeiro estufado com ervilhas	salada de batata
10	*Sobremesa**	fruta da época	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*

22 | Abril

Dia Mundial da Terra

O Dia da Terra foi criado pelo senador norte-americano Gaylord Nelson, em 1970, com a finalidade de criar uma consciência comum sobre os problemas da contaminação, conservação da biodiversidade e outras preocupações ambientais para proteger a Terra.

Na primeira manifestação participaram duas mil universidades, dez mil escolas primárias e secundárias e centenas de comunidades.

UNISELF
TÉCNICOS DE ALIMENTAÇÃO

Escolas EB 1 e Jardins-de-Infância - 2

MUNICÍPIO DE MURÇA

Semana de 13 a 17 de Abril de 2015

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	*Sopa*	de curgete e cenoura	
DIA	*Prato*	carne picada de tomatada	macarronete e salada
13	*Sobremesa**	fruta da época	
3ª-feira	*Sopa*	de alho francês	
DIA	*Prato*	pescada com molho de cenoura	salada de batata
14	*Sobremesa**	fruta da época ou iogurte de aromas	
4ª-feira	*Sopa*	de grão-de-bico com couve coração	
DIA	*Prato*	frango estufado com ervilhas e cenoura	puré de batata
15	*Sobremesa**	fruta da época	
5ª-feira	*Sopa*	creme de legumes	
DIA	*Prato*	feijoada de lulas com chouriço	forma de arroz
16	*Sobremesa**	fruta da época	
6ª-feira	*Sopa*	de grão-de-bico com couve coração	
DIA	*Prato*	massa de carnes à primaveril	[macedónia de legumes]
17	*Sobremesa**	fruta da época	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*

22 | Abril
Dia Mundial da Terra

Tendo surgido como um movimento universitário, na primeira manifestação do Dia Mundial da Terra participaram duas mil universidades, dez mil escolas primárias e secundárias e centenas de comunidades.
A pressão social daí resultante obteve enorme sucesso, tendo o governo dos Estados Unidos criado a Agencia de Proteção Ambiental (Environmental Protection Agency) e uma série de leis destinadas à proteção do meio ambiente.

UNISELF
TÉCNICOS DE ALIMENTAÇÃO

Escolas EB 1 e Jardins-de-Infância - 3

MUNICÍPIO DE MURÇA

Semana de 20 a 24 de Abril de 2015

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	*Sopa*	de feijão verde	
DIA	*Prato*	tesourinhos no forno	arroz branco e salada
20	*Sobremesa**	fruta da época	
3ª-feira	*Sopa*	de couve lombarda	
DIA	*Prato*	pá de porco assada no tacho	massa espiral salteada
21	*Sobremesa**	fruta da época	
4ª-feira	*Sopa*	canja com massinhas	
DIA	*Prato*	filetes dourados	salada de batata e macedónia de legumes
22	*Sobremesa**	fruta da época ou doce	
5ª-feira	*Sopa*	de nabo com couve coração	
DIA	*Prato*	rancho de carnes	[couve e cenoura]
23	*Sobremesa**	fruta da época	
6ª-feira	*Sopa*	creme de abóbora	
DIA	*Prato*	abrótea estufada com cenoura	arroz de ervilhas
24	*Sobremesa**	fruta da época ou iogurte de aromas	

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*

22 | Abril

Dia Mundial da Terra

Esta data é utilizada para avaliar os problemas do meio ambiente do planeta: a contaminação do ar, água e solos, a destruição de ecossistemas, de centenas de milhares de plantas e de espécies animais dizimadas, bem como o esgotamento de recursos não renováveis.

Escolas EB 1 e Jardins-de-Infância - 4

MUNICÍPIO DE MURÇA

Semana de 27 de Abril a 01 de Maio de 2015

DIA	PRATO	EMENTA	GUARNIÇÃO / ACOMPANHAMENTO
2ª-feira	Sopa	creme de cenoura	
DIA	Prato	almôndegas com molho de tomate	esparguete de cenoura
27	Sobremesa*	fruta da época	
3ª-feira	Sopa	de vegetais	
DIA	Prato	saladinha de peixe com ovo	[cenoura e ervilhas]
28	Sobremesa*	fruta da época ou iogurte de aromas	
4ª-feira	Sopa	de grão-de-bico com espinafres	
DIA	Prato	frango estufado com legumes	massa
29	Sobremesa*	fruta da época	
5ª-feira	Sopa	creme de couve flor	
DIA	Prato	arroz de peixe	salada mista
30	Sobremesa*	fruta da época ou doce	
6ª-feira	Sopa		
DIA	Prato	**FERIADO** | dia do trabalhador	
1	Sobremesa*		

nota: nas unidades com refeições transportadas, a sobremesa servida nos dias com opção, será sempre o doce ou iogurte de aromas
**variedade sujeita a alteração, em função da disponibilidade do mercado abastecedor*

22 | Abril

Dia Mundial da Terra

Utiliza-se este dia também para insistir em soluções que permitam eliminar os efeitos negativos das actividades humanas, como sejam a reciclagem de materiais manufaturados, a preservação de recursos naturais como o petróleo e a energia, a proibição de utilizar produtos químicos danosos, o fim da destruição de habitats fundamentais como as florestas tropicais e a proteção de espécies ameaçadas.